

【Awesome Morning イベントレポvol.6】  
**“自分らしい朝”をかなえる朝活コミュニティ「Awesome Morning」  
 第6回は武道を使った“日本発”の最新フィットネスを体験!  
 「最新フィットネスで心と体を整えよう!日本発“武道×フィットネス”朝活Lesson」**



株式会社メタボリック(代表取締役社長:西田和弘 本社:東京都渋谷区、以下メタボリック)は、合成保存料・合成着色料・合成甘味料不使用で自然派にこだわった粉末スムージー及びプロテイン『エンナチュラル』シリーズ(<http://www.mdc.co.jp/prmo/ennatural/>)を2014年より販売しております。今回、“自分らしい朝”を見つけることを応援する朝活コミュニティ「Awesome Morning」(<https://asmg.jp/>)の第6回イベントとして、「最新フィットネスで心と体を整えよう!日本発“武道×フィットネス”朝活Lesson」を2018年8月25日(土)に開催いたしました。

**ファンアンケートから実現!  
 “日本発”の武道を使った最新フィットネスで朝活体験を実施!**

今年4月よりスタートした、「Awesome Morning」はこれまで5回のコミュニティイベントを開催し、オウンドメディアやFacebookを基盤としたオンラインでの交流に加え、定期的に行うオフラインイベントで朝習慣を学んでいます。イベント後には毎回アンケートを実施し、今後開催して欲しいイベントについての質問では「話題のフィットネス」が上位にランクインする結果となりました。

そこで今回、2018年7月にオープンした、“日本人ならではの美しさ”を追求し、「武道」をコンセプトにした日本発の新境地フィットネス『B.I.F BY NEERGY (ビーアイエフナジー) /株式会社ジュン (<https://bif.jp/>)』とコラボレーションしたイベントを開催いたしました!



**「姿勢」と「呼吸」、そして「瞑想」。  
 ダンサブルな、ムーブメントのミックスの“照明”、“音楽”、“道着”が楽しい!  
 “日本人女性ならではの美しさ”を叶えるエクササイズ**

礼ではじまり、礼で終わる45分間は内側に秘められた「凛とした美しさ」を呼び覚ますための、空手をベースにしたプログラムを体験。朝早起きをして、集中するエクササイズは、フィジカル、マインドの両面において、心身一如の効果があり、終了後には「今まで経験したことが無い新しい楽しさがあるレッスンで満足した」「体幹を仕使って心地よい汗がかけた」といった声があがりました。終了後には低糖質・高たんぱくの「エンナチュラル 植物性プロテインダイエット」「エンナチュラル 植物性プロテインビューティ」の紹介やお土産もあり、これから秋に向けての女性らしいボディラインを整える意識が高まったイベントでした。



## 「Awesome Morning」とは

「Awesome Morning」は、自分らしい朝を叶える女性のためのコミュニティ。もしもステキな朝を過ごせたら、今よりも余裕があって、自分にもやさしくできるはず。忙しいと後回しにしがちな“自分への思いやり”を朝の時間に作ってみませんか？

コミュニティメンバーは、オウンドメディアやFacebookを基盤としたオンラインでの交流に加え、定期的に開催するオフラインイベントで朝習慣を学んでいます。朝をステキに過ごしたい人や自分をアップデートしたい方はぜひお気軽にご参加下さい。



< Awesome Morning 公式URL <https://asmg.jp/>

< Peatix ページ > <https://asmg.peatix.com>

### ■ enNatural 商品概要

「合成保存料・合成着色料・合成甘味料」不使用で自然派のスムージーやプロテインなどを展開する、女性の栄養をサポートするブランドです。

#### 『エンナチュラル 植物性プロテインダイエット』

低糖質・高たんぱくの植物性プロテイン。

髪、爪、肌が気になる女性にうれしい大豆プロテインに、スーパーフードのアーモンドを配合しました。大豆イソフラボンが女性の健康を応援します。

「コレステロール」「トランス脂肪酸」「グルテン」フリー。

<希望小売価格> ¥2,000(税別)

<販売店舗> 全国のドラッグストア各店

<内容量> 150g (10~15回分)



#### 『エンナチュラル 植物性プロテインビューティ』

低糖質・高たんぱくの植物性プロテイン。

髪、爪、肌が気になる女性にうれしい大豆プロテインに、スーパーフードのカカオを配合しました。大豆イソフラボンとカカオポリフェノールが、女性の美と健康を応援します。「コレステロール」「トランス脂肪酸」「グルテン」

フリー。

<希望小売価格> ¥2,000(税別)

<販売店舗> 全国のドラッグストア各店

<内容量> 150g (10~15回分)



<エンナチュラル 公式URL> <http://www.mdc.co.jp/prmo/ennatural>

<エンナチュラル Instagram> [https://www.instagram.com/ennatural\\_smoothie](https://www.instagram.com/ennatural_smoothie)

## 次回イベント：NYスタイルの朝食を食べて、学ぼう！

### 野菜を楽しむ「サラダボウル」朝活Lesson

・開催日時：9/22 (土) 9:30~11:30 (開場/9:00)

・会場：With Green Grill&Salad 大崎店

・参加費：1,000円

・応募方法：<http://asmg-07.peatix.com/>

・定員：先着20名

忙しい女性の“野菜不足”にフューチャーし、ヘルシーな体づくりのためのイベントを開催します。サラダボウル専門店“With Green”の代表である武文氏のお話や、サラダボウルを食べながらの参加者交流会を実施します。また、お水と混ぜるだけで簡単に作れる粉末スムージー「エンナチュラルグリーンスムージー」のご紹介もさせていただきます。



### すべての人に美と健康を。

株式会社メタボリックは、1991年(平成3年)10月に発足した、健康食品メーカーです。“メタボリック”は英語で、「新陳代謝の」という意味があることから、「健康と美容の基本は新陳代謝にある」という意味を込めて社名としています。そしてメタボリックは創業以来、一貫して最新の研究結果やお客様の声に耳を傾け、最新の注意と好奇心を持って商品開発・販売を行っています。日常生活を通じて健康づくりをサポートする役割を担うべく、新陳代謝にこだわり、より安全で安心な商品作りを通して、お客様の美と健康に貢献できるよう努力を続けてまいります。

<http://www.mdc.co.jp>